

Kursplan

22.01.2018 - 28.01.2018

Gesundheitszentrum Germering
 Streiflacher Straße 5
 82110 Germering
 089 8944020
 info@gzg-germering.de



Montag 22.01.2018	Dienstag 23.01.2018	Mittwoch 24.01.2018	Donnerstag 25.01.2018	Freitag 26.01.2018	Samstag 27.01.2018	Sonntag 28.01.2018
<p>09:30 - 10:15 Langhantel Muskeltr...</p> <p>10:20 - 11:20 Flexi Bar & WSG</p> <p>18:45 - 19:45 Functional Workout ...</p> <p>19:55 - 20:55 Spinning</p>	<p>09:30 - 10:15 Rücken & Stretching...</p> <p>10:20 - 11:05 Muskeltraining</p> <p>18:45 - 19:30 Muskeltraining</p> <p>19:35 - 20:20 Gesunder Rücken</p>	<p>10:00 - 10:45 Pilates</p> <p>10:50 - 11:50 WSG & Entspannung</p> <p>18:30 - 20:00 Yoga Ausfall am: 20...</p>	<p>18:45 - 19:45 Zumba Achtung: neue</p> <p>19:45 - 20:45 Spinning Achtung: ...</p>	<p>09:15 - 10:00 Faszien- & Stabilis...</p> <p>10:05 - 10:50 AROHA & Fit in den ...</p> <p>10:55 - 11:55 Pilates</p>		<p>09:45 - 10:30 Muskeltraining</p> <p>10:35 - 11:35 Rücken & Stretching..</p>

■ Ausdauer & Musk...
 ■ Balance & Wohlbe...
 ■ Kräftigung & Koo...

Stand: 22.01.2018